POURSUIT

Tapis roulant

www.fitness-doctor.it
Scopri tutta la gamma sul nostro sito internet e presso i rivenditori Fitness Boutique!

⚠ ATTENZIONE

Leggere attentamente le istruzioni prima di assemblare e utilizzare il prodotto. Conservare il manuale per la consultazione futura.

Grazie

Grazie per aver acquistato questo prodotto. Il prodotto contribuirà ad allenare in modo corretto i muscoli e a migliorare la propria forma fisica, il tutto in un ambiente domestico.

Istruzioni generali di sicurezza

Grande importanza è stata attribuita alla sicurezza nella progettazione e nella produzione di questo apparecchio per il fitness. Tuttavia è fondamentale attenersi alle seguenti istruzioni di sicurezza. Non possiamo essere considerati responsabili di incidenti causati dal mancato rispetto di suddette istruzioni.

Per assicurare la sicurezza dell'utilizzatore ed evitare incidenti, leggere a fondo e con attenzione le istruzioni d'uso nella loro interezza, prima di utilizzare l'apparecchio sportivo per la prima volta.

1) Consultare il proprio medico prima di iniziare ad allenarsi sul dispositivo. Qualora si desideri allernarsi in modo regolare e intenso, è auspicabile il consenso del proprio medico. Ciò vale a maggior ragione per gli utilizzatori con problemi di salute.

2) Si raccomanda l'utilizzo del dispositivo per le persone disabili solo in presenza di un assistente qualificato.

3) Quando si utilizza l’apparecchio, indossare indumenti confortevoli e preferibilmente calzature sportive o aerobiche. Evitare di indossare indumenti ampi che potrebbero rimanere impigliati nelle parti in movimento del dispositivo.

4) Smettere di allenarsi immediatamente qualora si avverta un malore o si provi dolore a livello delle articolazioni o dei muscoli. In particolare, tenere sotto controllo la risposta del proprio corpo al programma di esercizio. Le vertigini sono un sintomo che ci si sta allenando troppo intensamente con il dispositivo. Dopo i primi segni di vertigine, stendersi a terra finché non ci si sente meglio.

5) Assicurarsi che non vi siano bambini nelle vicinanze mentre ci si sta allenando sul dispositivo. Tenere il dispositivo fuori della portata dei bambini e degli animali domestici.

6) Assicurarsi che solo una persona alla volta utilizzi l'apparecchio.

7) Dopo aver impostato l'apparecchio conformemente alle istruzioni d'uso, assicurarsi che tutte le viti, i bulloni e i dadi siano correttamente posizionati e serrati. Utilizzare solo raccordi raccomandi e/o fornito dal fornitore o dall'importatore.

8) Non utilizzare un apparecchio danneggiato o non funzionante.

9) Posizionare sempre l'apparecchio su una superficie liscia, pulita e solida. Non utilizzare mai l'acqua e assicurarsi che non vi siano oggetti appuntiti in prossimità diretta

con l'apparecchio. Se necessario mettere un tappeto protettivo (non in dotazione) per proteggere il pavimento sotto l'apparecchio e mantenere uno spazio libero di almeno 0,5 m attorno all'apparecchio per motivi di sicurezza.

10) Fare attenzione e non mettere braccia o gambe vicino alle parti in movimento. Non collocare nessun materiale sulle aperture dell'apparecchio.

11) Utilizzare il dispositivo solamente per gli scopi descritti nelle presenti istruzioni d'uso. Utilizzare esclusivamente i raccordi raccomandati dal costruttore.

12) Se il cavo di alimentazione è danneggiato, deve essere sostituito dal costruttore, dal suo manutentore o da persone analoghe per evitare rischi.

Per qualsiasi domanda di carattere tecnico o in caso di necessità di pezzi di ricambio, contattare il servizio postvendita:

SERVIZIO POSTVENDITA FITNESS DOCTOR
Netquattro / FitnessBoutique
ZI centr'alp
1450 rue Aristide Bergès
F-38430 Moirans
Tel: +33 (0)4 76 50 69 71
e-mail: savnetquattro@netquattro.com

Precauzioni speciali di sicurezza

● **Alimentazione:**

● Scegliere un luogo con una presa elettrica dove collocare il tapis roulant.

● Collegare sempre l'apparecchio a una presa con messa a terra, alla quale non siano collegati altri dispositivi. Si raccomanda di non utilizzare prolunghe.

● Una mancata messa a terra dell'apparecchio può determinare il rischio di shock elettrico. Chiedere a un elettricista qualificato di controllare la presa nel caso non si sia certi che l'apparecchio sia collegato a una presa con messa a terra. Non modificare la spina fornita con l'apparecchio se non è compatibile con la propria presa. Chiedere a un elettricista qualificato di installare una presa idonea.

● Improvvise fluttuazioni di tensione possono danneggiare gravemente il tapis roulant. Cambiamenti meteorologici, accensioni o spegnimenti di altri apparecchi possano causare dei picchi di tensione, sovratensione o interferenze di tensione. Per limitare il rischio di danneggiamento del tapis roulant, questo deve essere dotato di un dispositivo di protezione contro le sovratensioni (non incluso).

● Tenere il cavo di alimentazione distante dal rullo di trasporto. Non lasciare il cavo di alimentazione sotto il nastro. Non utilizzare il tapis roulant con un cavo di alimentazione danneggiato o usurato.

● Scollegare la spina prima di effettuare operazioni di pulizia o di manutenzione. Le operazioni di manutenzione devono essere effettuate esclusivamente da tecnici autorizzati del servizio di assistenza, salvo diversamente indicato dal costruttore. Ignorare queste istruzioni implica l'annullamento automatico della garanzia.

● Ispezionare il tapis roulant prima di ogni utilizzo per assicurarsi che ogni parte sia funzionante.

● Non utilizzare il tapis roulant all'esterno, in un garage o sotto qualsiasi tipo di tettoia. Non esporre il tapis roulant a un tasso elevato di umidità o alla luce solare diretta.

● Non lasciare incustodito il tapis roulant.

Assicurarsi che il nastro sia sempre teso. Azionare il nastro prima di salirci su con i piedi.

Montaggio

● Prima di iniziare il montaggio del presente apparecchio, leggere attentamente le varie tappe di setup di pagina 9. Si raccomanda inoltre di guardare i disegni di assemblaggio prima del montaggio stesso.

● Rimuovere tutti i materiali di imballo e porre le singole parti su una superficie libera. Ciò consentirà di avere una visione completa e semplificherà il montaggio.

● Tenere a mente che esiste sempre il rischio di ferirsi quando si utilizzano strumenti e si realizzano delle attività tecniche. Procedere con cura durante il montaggio.

● Assicurarsi di disporre di un ambiente di lavoro privo di rischi e, ad esempio, non abbandonare strumenti in giro. Depositare gli imballaggi in maniera tale che non creino pericolo. Alluminio/borse di plastica rappresentano un rischio potenziale di soffocamento per i bambini.

● Prendersi del tempo per visionare i disegni e procedere al montaggio dell'apparecchio conformemente a dette illustrazioni.

● L'apparecchio deve essere montato con cura e precisione da una persona adulta. Se necessario, richiedere la collaborazione di un'altra persona tecnicamente esperta.

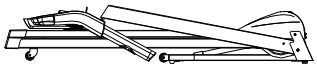
Disimballaggio e Montaggio

AVVERTENZA: utilizzare estrema cautela nel montare il tapis roulant. Un montaggio scorretto potrebbe determinare delle lesioni.

NOTA: ogni numero di tappa nelle istruzioni di montaggio fornisce indicazioni su cosa si dovrà fare. Leggere e capire tutte le istruzioni nella loro integralità prima di montare il tapis roulant.

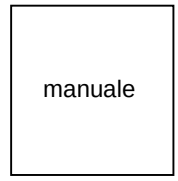
DISIMBALLARE E VERIFICARE IL CONTENUTO DELLO SCATOLONE

- Sollevare e rimuovere lo scatolone contenente il tapis roulant.
- Controllare che siano presenti i seguenti pezzi. Se mancanti, contattare il distributore.

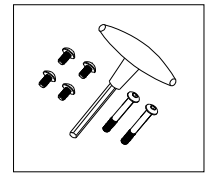


Telaio principale

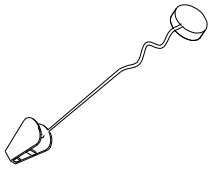
Applicatore di silicone



Manuale



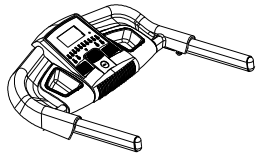
Pacchetto attrezzi



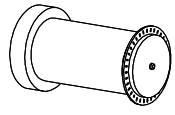
Chiave di sicurezza

Struttura principale

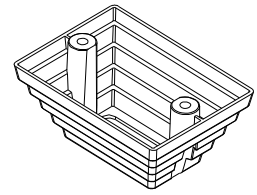
Cofano motore



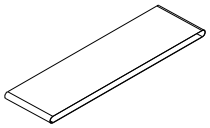
Console



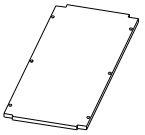
Motore



Poggiapiedi

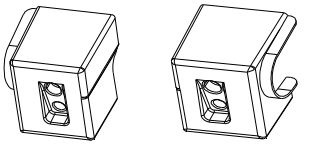


Nastro di corsa

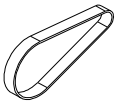


Pedana

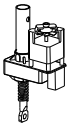
Guida laterale



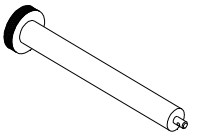
Copertura posteriore (sinistra) e (destra)



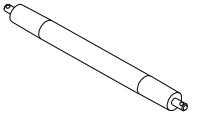
Cinghia motore



Motore inclinazione

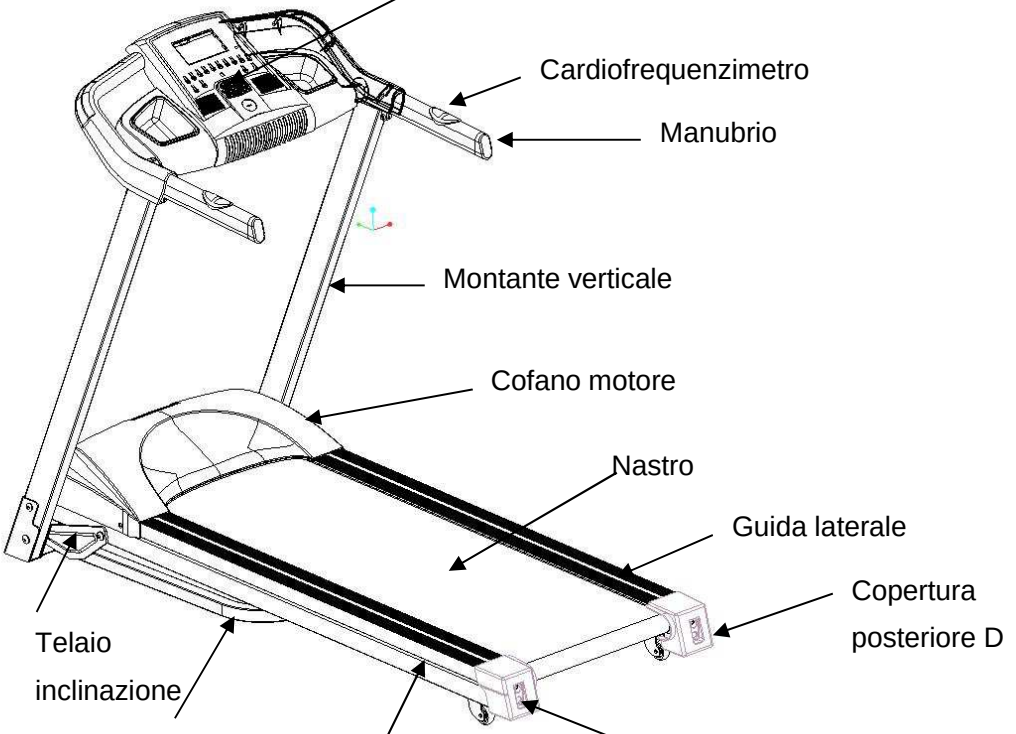


Rullo anteriore



Rullo posteriore

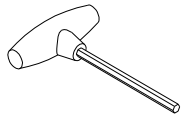
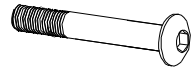
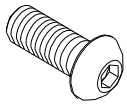
Istruzioni del tapis roulant



DATI TECNOLOGICI

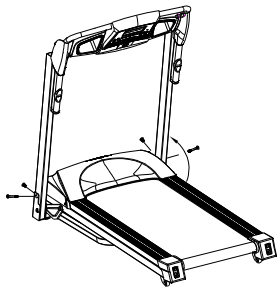
Tensione	AC-220 V 50 Hz
Peso massimo	115 kg
Dimensioni	1700*710*1220 mm
Nastro	1350*450 mm
Velocità	1,0~18 km

Pacchetto attrezzi

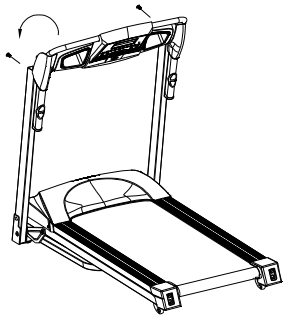
Chiave a brugola a L 1 pz	 Chiave a brugola a T 1 pz	 Vite a testa svasata semifilettata（M8*55*20） 2 pz
 Vite a testa sagomata filettata （M8*15） 4 pz		

ISTRUZIONI DI MONTAGGIO

Tappa n° 1. Liberare la macchina dall'imballo quindi adagiarla a terra. Utilizzare la mano per sorreggere il manubrio, quindi sollevare il montante verticale lentamente (come illustrato qui di seguito). Inserire una vite M8X55 sul lato sinistro e destro. Inserire una vite M8X15 sulla parte posteriore. Serrare bene le viti.



Tappa n° 2. Sollevare il computer al massimo, come illustrato qui di seguito. Utilizzare la vite M8*15 per fissare il computer al montante verticale.



Tappa n° 3. Serrare bene tutte le viti.

IMPOSTARE IL TAPIS ROULANT

COLLOCAZIONE IN CASA

Per effettuare un esercizio quotidiano, il tapis roulant deve essere posizionato in un ambiente confortevole e idoneo. Il tapis roulant è progettato per utilizzare la minima superficie a terra e inserirsi armoniosamente in casa.

- Non collocare il tapis roulant all'esterno.
- Non collocare il tapis roulant in un ambiente in prossimità d'acqua o caratterizzato da un alto tasso di umidità.
- Assicurarsi che il cavo di alimentazione non si trovi in zone di forte passaggio.
- Se la stanza ha la moquette, controllare che vi sia una distanza adeguata tra la moquette e la pedana del tapis roulant. In caso di insicurezza, è preferibile inserire un tappetino sotto il tapis roulant.
- Ubicare il tapis roulant almeno a 1,25 m dalle pareti o dai mobili.
- Garantire una zona di sicurezza di 2 m x 1 m dietro il tapis roulant in modo che sia possibile salire e scendere dal tapis roulant agilmente senza rimanere incastrati in caso di emergenza.

Occasionalmente, dopo un uso prolungato, sotto il tapis roulant si troverà della sottile polvere nera. Ciò è normale usura e NON significa che ci sia qualche anomalia nel tapis roulant. La polvere può essere facilmente rimossa con un aspirapolvere. Se si desidera prevenire che la polvere si depositi sul pavimento o sulla moquette, inserire un tappetino sotto il tapis roulant.

CIRCUITO DEDICATO

La presa selezionata deve essere un circuito dedicato. È particolarmente importante che NESSUN dispositivo elettrico sensibile, come computer o TV, condivida lo stesso circuito.

ATTENZIONE!

Assicurarsi che la pedana sia a livello del pavimento. Se la pedana è posizionata su una superficie non piana, ciò potrebbe causare un danno prematuro al sistema elettronico.

Leggere il manuale prima di utilizzare il tapis roulant.

PER COMINCIARE

ACCENSIONE

Inserire il cavo di alimentazione nella presa elettrica a 10 A. Mettere l'interruttore in posizione "ON". Il display si illumina ed emette un segnale acustico.

CHIAVE DI SICUREZZA E PINZA

La chiave di sicurezza è progettata per interrompere l'alimentazione al tapis roulant in caso di caduta. Tuttavia la chiave di sicurezza è progettata per arrestare immediatamente il tapis roulant. A velocità sostenute, potrebbe essere spiacevole e in qualche maniera pericoloso un arresto immediato. Pertanto, utilizzare la chiave di sicurezza solo in caso di emergenza. Per portare il tapis roulant a un arresto completo in modo sicuro e confortevole, utilizzare il pulsante rosso d'arresto.

Il tapis roulant non si avvierà a meno che la chiave di sicurezza non sia correttamente inserita nella sede preposta al centro della console. L'altra estremità della chiave di sicurezza deve essere tenuta pinzata ai propri indumenti in modo tale che, in caso di caduta, la chiave si toglierà dalla console e questo determinerà l'arresto immediato per minimizzare le lesioni. Per la sicurezza dell'utilizzatore, non utilizzare mai il tapis roulant senza pinzare la chiave di sicurezza ai propri indumenti. Tirare la pinza della chiave di sicurezza per assicurarsi che non si stacchi dagli indumenti.

SALIRE E SCENDERE DAL TAPIS ROULANT

Prestare attenzione quando si sale e si scende dal tapis roulant. Cercare di utilizzare il manubrio mentre si sale o si scende. Mentre ci si prepara a utilizzare il tapis roulant, non sostare sul nastro. Mettere i piedi sulle guide laterali della pedana del tapis roulant. Mettere un piede sul nastro solamente quando il nastro ha iniziato a muoversi a una velocità lenta costante.

Durante l'esercizio, mantenere sempre il proprio corpo e la testa in avanti. Non tentare di girare attorno al tapis roulant quando il nastro è ancora attivo. Quando si ha finito di allenarsi, arrestare il tapis roulant premendo il tasto rosso d'arresto. Attendere sino all'arresto completo del tapis roulant prima di scendere da esso.

AVVERTENZA!

Non utilizzare mai il tapis roulant senza aver prima fissato la pinza di sicurezza ai propri indumenti.

ATTENZIONE!

CHIUDERE IL TAPIS ROULANT

1. Riportare l'inclinazione in posizione piatta (0).
2. Staccare la spina dalla corrente prima di chiudere.
3. Sollevare la pedana fintanto che non è parallela al montante verticale e il cilindro si blocca in posizione.
4. Attenzione: controllare per assicurarsi che il dispositivo di blocco del cilindro sia attivato

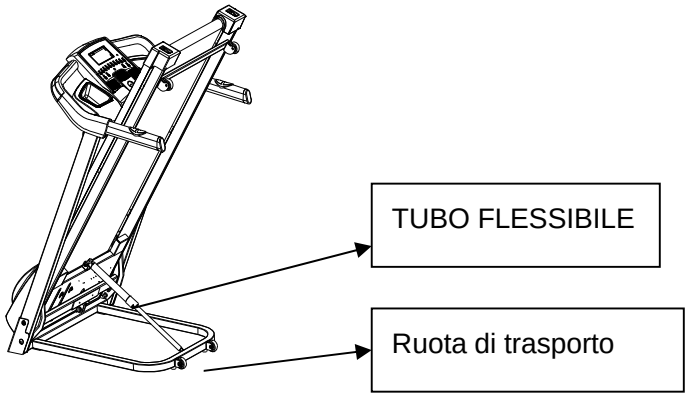
APRIRE IL TAPIS ROULANT

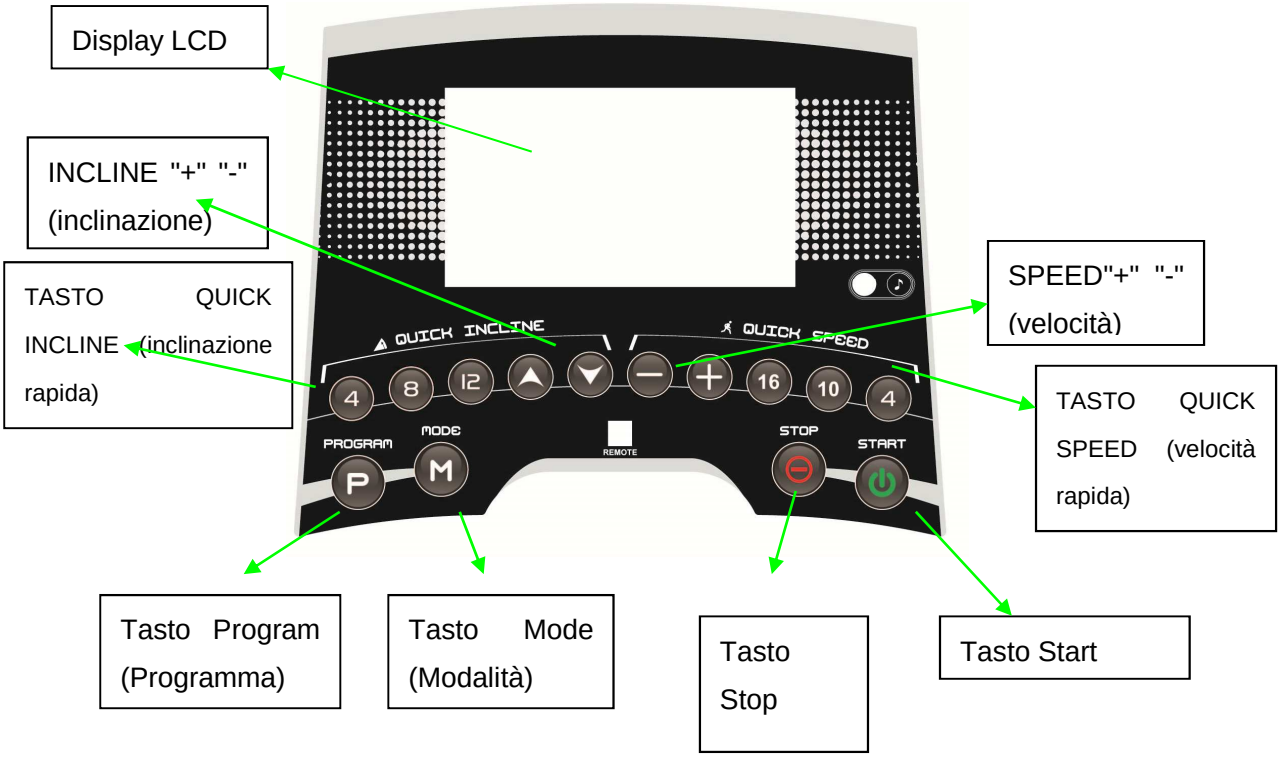
1. Mettere una mano sul manubrio e utilizzare l'altra per spingere in avanti la parte superiore della pedana
2. Premere un piede nella sezione centrale del cilindro per disinnescare il meccanismo di blocco.
3. Consentire alla pedana di iniziare a scendere lentamente prima di rilasciare le mani

SPOSTARE IL TAPIS ROULANT

Il tapis roulant può essere spostato in casa in modo sicuro in posizione chiusa, utilizzando le rotelle di trasporto.
Tenere saldamente con le due mani il manubrio, spingere a sé il tapis roulant, poi con l'ausilio delle ruote, trascinarlo o spingerlo lentamente.

Definizione dei tasti





（Ⅰ）Istruzioni delle funzioni del computer:

1.1: P0: programma di allenamento UTILIZZATORE P1-P12 programma preimpostato automaticamente.

1.2: Display LCD e 14 tasti

1.3: Intervallo di velocità: 1,0 - 18,0 km/h

1.4: Intervallo di inclinazione: 0-12%

1.5: Protezione da sovraccarico, sovratensione, esplosione, accelerazione e interferenze elettromagnetiche

1.6: Autodiagnosi e funzione acustica di allarme.

1.7: Telecomando a infrarossi

1.8: Touch screen con 6 tasti

(Ⅱ): Istruzioni display LCD:

2.1: Finestra "SPEED": quando il tapis roulant è acceso, la finestra del tempo del display visualizza il conto alla rovescia 5-4-3-2-1. Successivamente viene visualizzata la velocità, con il suo valore numerico e il valore F1-F5 se sta effettuando il programma di calcolo della massa grassa. Altrimenti verrà visualizzato il messaggio ERR in caso di anomalia.

2.2: Finestra "TIME": visualizza il valore numerico del tempo

2.3: Finestra "DISTANCE": visualizza il n° di versione "V1.0" quando è acceso. Successivamente visualizza il valore numerico della distanza.

2.4: Finestra "CALORIE": visualizza il valore numerico delle calorie o il valore se sta eseguendo il programma di test della massa grassa.

2.5: Finestra "PULSE": visualizza il valore numerico della frequenza cardiaca quando questa viene testata. Visualizza inoltre il valore numerico dell'inclinazione se viene premuto il tasto "quick incline".

2.6: I sei tasti di funzione sono gli stessi dei tasti funzione della tastiera. .

(III) Istruzioni dei pulsanti

3.1: "PROG": tasto di selezione del programma. Quando il tapis roulant è fermo, selezionare il programma P0-P12 preferito.

3.2: "MODE": tasto di selezione della modalità. Quando il tapis roulant è fermo, selezionare la Modalità preferita. È possibile selezionare il conto alla rovescia del tempo → il conto alla rovescia della distanza → il conto alla rovescia delle calorie → la modalità Normale. Il riposizionamento al valore predefinito (30 minuti) se è selezionato P1-P12.

3.3: tasto "START". Quando il tapis roulant è spento, premere il tasto START per accenderlo. Premendo il tasto "START" durante il suo funzionamento, il tapis roulant si metterà in pausa.

3.4: tasto "STOP". Con il tapis roulant in funzione, si arresta l'apparecchio premendo questo tasto. Quando il display LCD visualizza il messaggio ERR, premere il tasto STOP per cancellare l'errore. Quando il tapis roulant si arresta, premendo il tasto "STOP" può ritornare allo stato di visualizzazione di impostazione predefinita.

3.5: TASTO "+": aumenta la velocità quando si corre. Aumenta il parametro durante il test per la massa grassa.

3.6: TASTO "-": diminuisce la velocità quando si corre. Diminuisce il parametro durante il test per la massa grassa.

3.7: Tasto "QUICK SPEED": con il tapis roulant in funzione, selezionare il tasto "Quick Speed" 3, 6, 9 desiderato premendo suddetto tasto.

3.8: TASTO " ": premendo questo tasto si diminuisce l'inclinazione.

3.9: TASTO " ": premendo questo tasto si aumenta l'inclinazione.

4.0: TASTO "QUICK INCLINE": aumenta direttamente l'inclinazione premendo il tasto "quick incline 3.6.9".

(Ⅵ): Funzione tasto di sicurezza

In qualsiasi stato, la disattivazione dei blocchi di sicurezza determina la visualizzazione di "E7" e l'emissione di un segnale acustico BIBI-BI. Riattivando il blocco di sicurezza, tutte le luci si accendono per 2 secondi, quindi andare in modalità di avviamento manuale (l'equivalente del reset).

(Ⅴ) Istruzioni per l'avviamento:

5.1: Inserire il cavo di alimentazione nella presa elettrica a 10 A. Spostare l'interruttore in posizione "ON". Il display si illumina ed emette un segnale acustico.

5.2: Inserire la chiave di sicurezza nella posizione corretta, quindi accendere. Lo schermo LCD si illuminerà, si udirà un segnale acustico "beep" e il tapis roulant si posizionerà in modalità Normale P0.

5.3: Premere il tasto "PROG" per selezionare il programma P0-P12.

a) "P0" programma utilizzatore. Premere "MODE" per selezionare quattro modalità di allenamento. Successivamente è possibile selezionare la velocità e l'inclinazione. La velocità predefinita è pari a 1,0 km/h. L'inclinazione predefinita è pari a 0%.

Modalità di allenamento 1: Conteggio. Tempo, velocità, distanza e calorie in aggiunta. La funzione di selezione si chiude.

Modalità di allenamento 2: Conteggio alla rovescia del tempo. Durante la selezione, la finestra "Time" lampeggia, premere "+" "-" per selezionare. L'intervallo è compreso tra 5 e 99 minuti. Per impostazione predefinita il tempo è impostato a 30:00 minuti.

Modalità di allenamento 3: Conteggio alla rovescia della velocità. Durante la selezione, la finestra "Speed" lampeggia, premere "+" "-" per selezionare. L'intervallo è compreso tra 1,0 e 99,0 km. Per impostazione predefinita la velocità impostata a 1,0 km/h.

Modalità di allenamento 4: Conteggio alla rovescia delle calorie. Durante la selezione, la finestra "Calorie" lampeggia, premere "+" "-" per selezionare. L'intervallo è compreso tra 20 e 990 calorie. Per impostazione predefinita il valore delle calorie è impostato a 50 CAL.

b) Programma preconfigurato "P1-P12" Solamente per il conteggio alla rovescia del tempo. Durante la selezione, la finestra "Time" lampeggia, premere "+" "-" per selezionare. L'intervallo è compreso tra 5 e 99 minuti. Per impostazione predefinita il tempo è impostato a 30:00 minuti. Premere "MODE" per ritornare al valore predefinito.

5.4: Premere il tasto "start". La finestra della velocità visualizzerà 3→2→1 ed emetterà tre segnali acustici. Sarà poi possibile avviare il tapis roulant.

a) durante il funzionamento, premere il tasto "quick speed" +, - per regolare la velocità

desiderata.

b) Per P1-P12, la velocità e l'inclinazione sono divise in 10 segmenti. Ogni segmento ha la medesima durata. La velocità e l'inclinazione selezionate saranno applicate al segmento corrente. Prima del passaggio al segmento successivo si udiranno 3 segnali acustici. Al termine dei 10 segmenti il motore si arresterà emettendo un lungo segnale acustico.

c) Premere il tasto "START" durante il funzionamento e il tapis roulant si metterà in pausa. Ripremendo il tasto "START", il tapis roulant si rimetterà in funzione e riprenderà il conteggio dei dati.

5.5: Premere il tasto "STOP" durante il funzionamento e il tapis roulant si arresterà lentamente. Tutti i valori saranno riportati ai valori predefiniti.

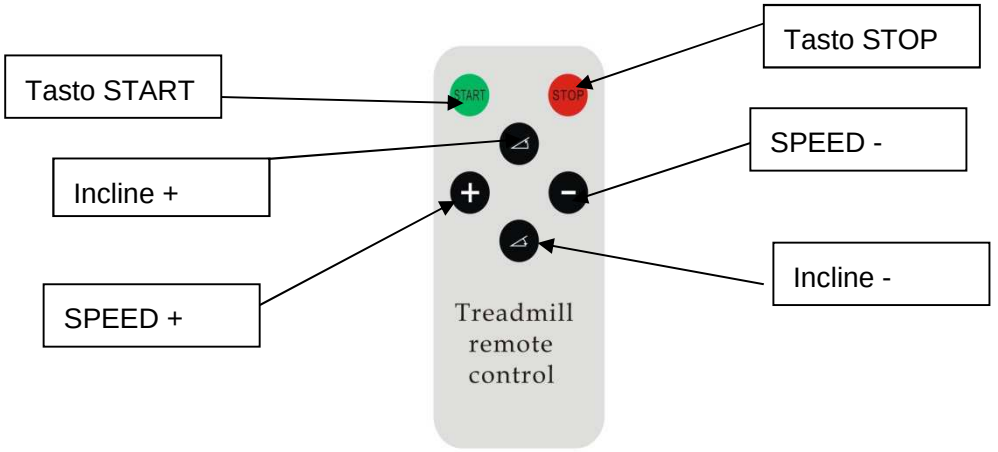
5.6: Premere il tasto "▼▲" o il tasto "QUICK INCLINE" per regolare l'inclinazione desiderata.

5.7: In qualsiasi stato, la disattivazione dei blocchi di sicurezza determina la visualizzazione di "E7" e l'emissione di un segnale acustico. Il tapis roulant si ferma.

5.8: Il dispositivo di controllo è sempre attivo. Il tapis roulant si arresta in caso di situazioni anomale. Il display visualizzerà il messaggio ERR ed emetterà un segnale acustico.

5.9: Quando viene visualizzato il messaggio ERR sul display, premere il tasto "stop" e il messaggio ERR sarà cancellato.

5.10: Telecomando. Tapis roulant con la funzione telecomando a infrarossi. La distanza di funzionamento massima è pari a 4 metri. È migliore un segnale frontale. Quando il tapis roulant è stato arrestato, premere il tasto di spegnimento e si spegnerà anche il display.



V. FUNZIONE MISURAZIONE MASSA GRASSA CORPOREA

Quando il tapis roulant si ferma, premere il tasto "PROG" per selezionare "FAT" e

accedere così alla funzione della misurazione della massa grassa corporea. La finestra di sinistra "SPEED" visualizzerà le impostazioni, premere il tasto "MODE" per selezionare il valore del dato. La finestra di destra "DISTANCE" visualizzerà il valore impostato, premere i tasti "+", "-" per impostare i dati.

A) F1 significa Sesso, 1 (maschio), 2 (femmina). Il valore impostato è Maschio.

B) F2 significa Età, l'intervallo è compreso tra 10 e 100. L'età impostata di default è 25.

C) F3 significa Statura, l'intervallo è compreso tra 100 e 199 cm. La statura impostata di default è 170 cm.

D) F4 significa Peso, l'intervallo è compreso tra 20 e 150 kg. Il peso impostato di default è 70 kg.

E) F5 significa IMC (indice di massa corporea) e indica che la configurazione dei parametri è terminata. Accedere alla funzione di misurazione della massa grassa corporea. Premere le mani sul cardiofrequenzimetro, attendere 8 secondi e il display visualizzerà il proprio IMC. Considerando ad esempio una persona di etnia asiatica, se ha un IMC al di sotto di 18 è troppo magra, tra 18 e 23 è normale, tra 23 e 28 è grassa, al di sopra di 29 è obesa.

VI. Funzione HRC (Frequenza cardiaca)（optional）

6.1 Premere il tasto "PROG" e selezionare la funzione HRC a tapis roulant fermo. La finestra CAL visualizzerà: "HRC".

6.1 La finestra DISTANCE visualizzerà "25" anni lampeggiante. Premere il tasto "SPEED +/-" per selezionare l'età dell'utilizzatore in un intervallo compreso tra 13 e 80.

6.3 Premere il tasto "MODE". La finestra DISTANCE visualizzerà il valore THR (target heart rate = frequenza cardiaca ideale di allenamento) che viene calcolato dal sistema in

base all'età impostata.

6.4 Premere nuovamente il tasto "MODE", la finestra TIME visualizzerà "30:00" minuti lampeggiante. Premere "SPEED +/-" per impostare il tempo in un intervallo tra 5 e 99 minuti.

6.5 Premere il tasto "START". Il tapis roulant inizierà a funzionare e la finestra TIME inizierà il conto alla rovescia. Premendo il tasto "STOP" o quando il conto alla rovescia ha raggiunto lo "0", il tapis roulant si arresterà automaticamente.

6.6 L'utilizzatore deve utilizzare il sistema di rilevazione wireless della frequenza cardiaca per avviare la funzione HRC per allenarsi. Solamente in assenza di segnale wireless della frequenza cardiaca, il tapis roulant rileverà il segnale del frequenza cardiaca del cardiofrequenzimetro. Se non vi è alcun segnale della frequenza cardiaca, il tapis roulant continua a funzionare alla velocità corrente finché non lo rileva.

6.7 Dopo che il tapis roulant ha iniziato a funzionare, la velocità impostata è a 3 km/h, l'inclinazione a 0%, in 10 secondi il tapis roulant uscirà dalla misurazione HRC, ma sarà ancora possibile controllare la velocità e l'inclinazione con i rispettivi tasti.

6.8 Dopo un funzionamento di 10 secondi, se viene rilevato un segnale della frequenza cardiaca, la funzione HRC rileverà la frequenza cardiaca dell'utilizzatore in base al diagramma qui di seguito. Il tapis roulant controllerà la velocità e l'inclinazione automaticamente per mantenere la frequenza cardiaca a un certo livello.

Tabella delle velocità dei programmi

		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	SPEED (Velocità)	1,0	2,0	3,0	4,0	5,0	5,0	4,0	3,0	2,0	1,0
	INCLINE (Inclinazione)	0	1	1	2	2	2	2	1	1	0
P2	SPEED (Velocità)	1,0	3,0	6,0	3,0	6,0	6,0	3,0	6,0	3,0	1,0
	INCLINE (Inclinazione)	0	1	1	2	2	3	3	2	1	0
P3	SPEED (Velocità)	1,0	4,0	6,0	8,0	6,0	5,0	4,0	3,0	2,0	1,0
	INCLINE (Inclinazione)	0	2	2	3	3	2	2	3	3	0
P4	SPEED (Velocità)	1,0	3,0	6,0	3,0	2,0	3,0	6,0	3,0	2,0	1,0
	INCLINE (Inclinazione)	0	1	2	3	4	5	4	3	2	0
P5	SPEED (Velocità)	1,0	3,0	6,0	8,0	8,0	8,0	8,0	6,0	3,0	1,0
	INCLINE (Inclinazione)	0	2	4	6	8	9	8	6	4	0
P6	SPEED (Velocità)	4,0	6,0	3,0	6,0	5,0	9,0	9,0	7,0	6,0	2,0
	INCLINE (Inclinazione)	0	4	6	8	4	6	8	6	4	0
P7	SPEED (Velocità)	2,0	4,0	6,0	8,0	9,0	9,0	8,0	6,0	4,0	2,0
	INCLINE (Inclinazione)	0	6	7	8	6	5	4	3	2	0
P8	SPEED (Velocità)	2,0	5,0	8,0	8,0	8,0	8,0	8,0	8,0	5,0	2,0

	INCLINE (Inclinazione)	0	6	3	4	5	5	4	1	6	0
P9	SPEED (Velocità)	2,0	5,0	6,0	5,0	7,0	9,0	9,0	7,0	5,0	3,0
	INCLINE (Inclinazione)	6	5	4	3	2	2	1	0	0	0
P10	SPEED (Velocità)	3,0	7,0	9,0	5,0	9,0	9,0	9,0	7,0	5,0	3,0
	INCLINE (Inclinazione)	6	5	2	7	3	8	2	5	2	0
P11	SPEED (Velocità)	2,0	6,0	9,0	4,0	9,0	4,0	9,0	9,0	6,0	2,0
	INCLINE (Inclinazione)	0	3	6	9	10	9	8	6	4	0
P12	SPEED (Velocità)	3,0	6,0	9,0	9,0	9,0	9,0	3,0	9,0	6,0	3,0
	INCLINE (Inclinazione)	8	9	10	11	12	8	6	6	4	0

Risoluzione dei problemi

Problema	Possibile causa	Azione correttiva
Il tapis roulant non funziona	a. non è collegato all'alimentazione elettrica	Inserire la spina nella presa
	b. la chiave di sicurezza non è inserita	Inserire la chiave di sicurezza nella console
	c. interruzione del segnale del circuito	Controllare il pannello di controllo e il cavo di segnale
	d. il tapis roulant non è acceso	Accenderlo
Il nastro non gira in modo corretto	a. il nastro non è correttamente lubrificato	Lubrificare il nastro con del silicone
	b. il nastro è troppo teso	Regolare la tensione del nastro

Il nastro scivola	a. il nastro è troppo allentato	Regolare la tensione del nastro
	b. la cinghia del motore è allentata	Regolare la cinghia del motore

MESSAGGIO D'ERRORE E SOLUZIONE:

Problema	Causa	Come risolvere il problema
Il tapis roulant non può funzionare	A: Alimentazione non collegata	Collegare l'alimentazione
	B: Chiave di sicurezza non inserita correttamente	Inserire la chiave di sicurezza nella posizione corretta
	C: Trasformatore non collegato correttamente o difettoso	Collegare adeguatamente il trasformatore o sostituirlo
	D: Interruzione circuito elettrico	Controllare il cavo e il terminale del cavo e collegarlo in modo idoneo.
Il tapis roulant si ferma improvvisamente	A: La chiave di sicurezza si è staccata	Inserire correttamente la chiave di sicurezza
	B: Problema al sistema elettronico	Contattare il servizio postvendita
Tasto difettoso	Tasto danneggiato	Sostituire il tasto
	Il tasto non funziona	Cambiare la tastiera e il cavo. Cambiare il PCB. Sostituire il computer.
E1	A: Cavo allentato o difettoso	Collegare correttamente il cavo o Sostituire il cavo
	B: computer difettoso	Sostituire il computer
	C: Trasformatore difettoso	Sostituire il trasformatore
	D: Dispositivo di controllo difettoso	Sostituire il dispositivo di controllo
E2	A: Cavo motore o motore difettoso	Sostituire il cavo motore o il motore

	B: Il cavo tra il motore e il dispositivo di controllo è allentato o il dispositivo di controllo è difettoso.	Collegare correttamente il cavo o sostituire il regolatore.
E3	A: sensore della velocità mal inserito	Inserire correttamente il sensore della velocità
	B: Sensore della velocità difettoso	Sostituire il sensore della velocità
	C: Il cavo tra il sensore della velocità e il dispositivo di controllo non è collegato correttamente	Collegare correttamente il cavo
	D: dispositivo di controllo difettoso	Sostituire il dispositivo di controllo
E5	A: Dispositivo di controllo difettoso	Sostituire il dispositivo di controllo
	B: Motore difettoso	Sostituire il motore
E7	C: Il computer non può testare il segnale della chiave di sicurezza	Controllare la chiave di sicurezza e inserirla correttamente.
Assenza di battito	A: Cavo cardiofrequenzimetro non collegato correttamente o	Collegare il cavo correttamente o sostituirlo
	B: Circuiti console difettosi	Sostituire la console
La console visualizza male	A: La vite sul pcb è allentata	Serrare la vite
	B: Console difettosa	Sostituire la console

MANUTENZIONE DEL TAPIS ROULANT

Una manutenzione corretta è molto importante per preservare il buon funzionamento del tapis roulant. Una manutenzione non corretta può causare danni al tapis roulant e diminuirne la durata di vita.

Tutte le parti del tapis roulant devono essere controllate e serrate regolarmente. Le parti usurate devono essere sostituite immediatamente.

REGOLAZIONE DEL NASTRO

Potrebbe essere necessario regolare il nastro durante le prime settimane d'uso. Tutti i nastri sono adeguatamente regolati in fabbrica. Tuttavia il nastro potrebbe allungarsi o scentrarsi dopo l'uso. L'allungamento è normale durante il periodo di rodaggio.

REGOLAZIONE DELLA TENSIONE DEL NASTRO

Se si ha la sensazione che il nastro scivoli o sia esitante quando si mette un piede su di esso per la corsa, la tensione del nastro può essere aumentata.

PER AUMENTARE LA TENSIONE DEL NASTRO

1. Inserire la chiave da 8 mm sul bullone tenditore sinistro del nastro. Ruotare la chiave in senso orario per 1/4 di giro per tirare il rullo posteriore e aumentare la tensione del nastro.
2. Ripetere la tappa n° 1 per il bullone tenditore destro del nastro. Assicurarsi di ruotare i bulloni dello stesso numero di giri, in modo tale che il rullo posteriore sia allineato alla struttura.
3. Ripetere la tappa n° 1 e 2 finanto che la sensazione di scivolamento è stata eliminata.
4. Attenzione a non tendere troppo il nastro poiché è possibile creare eccessiva pressione sui cuscinetti anteriori e posteriori del rullo. Un nastro troppo teso può danneggiare i cuscinetti del rullo e generare rumore dai rulli anteriore e posteriore.

PER DIMINUIRE LA TENSIONE DEL NASTRO, RUOTARE ENTRAMBI I BULLONI IN SENSO ANTIORARIO DELLO STESSO NUMERO DI GIRI.

CENTRAGGIO DEL NASTRO

Mentre si corre è possibile dover spingere di più con un piede rispetto all'altro. La gravità dell'affondamento a carico di compressione dipende dalla quantità di forza che un piede esercita rispetto all'altro. L'affondamento a carico di compressione può determinare la perdita del centraggio del nastro. L'affondamento a carico di compressione è normale e il nastro si centrerà quando nessuno è sopra il nastro. Se il nastro permane scentrato, è necessario centrarlo manualmente.

Avviare il tapis roulant senza nessun utilizzatore sul nastro. Premere il tasto FAST finché non viene raggiunta la velocità di 6 km/h.

1. Osservare se il nastro è più spostato a destra o a sinistra della pedana.

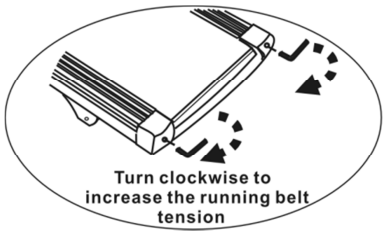
● Se è più vicino al lato sinistro della pedana, utilizzando la chiave, ruotare il bullone di regolazione sinistro e il bullone di regolazione sinistro a testa svasata in senso orario di 1/4 di giro.

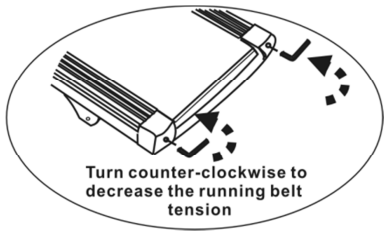
● Se è più vicino al lato destro della pedana, utilizzando la chiave, ruotare il dado di regolazione destro e e il bullone di regolazione destro a testa svasata in senso orario di 1/4 di giro.

● Se il nastro non è ancora centrato, ripetere le operazioni precedenti sino all'ottenimento del centraggio.

2. Dopo aver centrato il nastro, aumentare la velocità fino a 13 km/h e verificare che funzioni correttamente. Ripetere le operazioni precedenti se necessario.

Se la procedura di cui sopra non dà i risultati previsti, potrebbe essere necessario aumentare la tensione del nastro.





LUBRIFICAZIONE

Il tapis roulant è lubrificato in fabbrica. Tuttavia si raccomanda di controllare la lubrificazione del tapis roulant con regolarità per assicurarne il funzionamento ottimale. Generalmente non è necessario lubrificarlo nel primo anno o nelle prime 500 ore di funzionamento.

Dopo 3 mesi di funzionamento, sollevare i lati del tapis roulant e tastare la superficie del nastro il più lontano possibile. Se si rilevano tracce di spray siliconico, la lubrificazione non è necessaria.

In caso di una superficie asciutta, fare riferimento alle seguenti istruzioni.

Utilizzare solo spray siliconico privo di oli.

Applicazione del lubrificante sul nastro:

● Posizionare il nastro in modo che la saldatura sia al centro della pedana.

● Inserire l'ugello nella testa del contenitore del lubrificante.

● Sollevare il nastro da un lato e tenere l'ugello nebulizzante a distanza dalla parte anteriore del nastro e della pedana. Iniziare dalla parte anteriore del nastro. Orientare l'ugello nebulizzante verso la parte anteriore. Ripetere l'operazione per l'altro lato del nastro. Spruzzare ogni lato per circa 4 secondi.

● Attendere 1 minuto affinché lo spray siliconico si distribuisca prima di avviare la macchina.

PULIZIA

Una pulizia regolare del nastro assicura una lunga durata di vita del prodotto.

● Avvertenza: il tapis roulant deve essere spento per evitare shock elettrici. Il cavo deve

essere scollegato dalla presa prima di iniziare le operazioni di pulizia o manutenzione.

● **Dopo ogni allenamento:** pulire la console e le altre superfici con un panno morbido e umido per eliminare i residui di sudore.

Attenzione: non utilizzare solventi o prodotti abrasivi. Per evitare danni al computer, non utilizzare liquidi. Non esporre il computer alla luce solare diretta.

● **Settimanalmente:** per rendere le operazioni di pulizia più semplici, si raccomanda di utilizzare un tappeto per il tapis roulant. Le scarpe possono depositare dello sporco sul nastro che finisce sotto il tapis roulant. Pulire il tappeto sotto il tapis roulant una volta alla settimana.

SISTEMAZIONE

Collocare il tapis roulant in un ambiente pulito e asciutto. Assicurarsi che l'interruttore principale sia spento e scollegato dalla presa elettrica a parete.

Note importanti

● L'apparecchio risponde agli standard sulla sicurezza in vigore. L'apparecchio è destinato esclusivamente a un uso domestico. Qualsiasi altro uso non è consentito e può rivelarsi pericoloso. Non saremo considerati responsabili dei danni causati da un uso improprio.

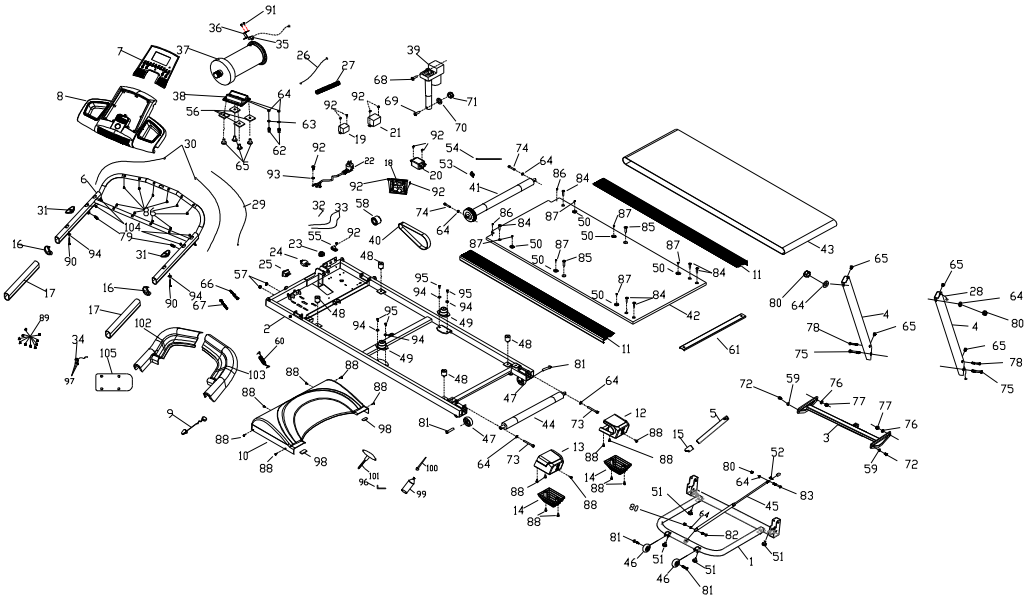
● Consultare il proprio medico prima di iniziare la sessione di allenamento per verificare di possedere una condizione fisica idonea all'esercizio con questo apparecchio. La diagnosi del medico servirà da base per strutturare il proprio programma di esercizio. Un allenamento scorretto o eccessivo può essere nocivo alla salute.

● Leggere attentamente i consigli generali di fitness descritti qui di seguito e le istruzioni d'esercizio. Se si avverte dolore, respiro corto, malore o si accusano altri sintomi fisici, interrompere immediatamente l'esercizio. Consultare tempestivamente un medico in caso di dolore prolungato.

● L'apparecchio non è destinato per essere utilizzato a livello professionale o medico e non può essere utilizzato nemmeno a scopi terapeutici.

● Il sensore della frequenza cardiaca non è un dispositivo medico. Ha puramente uno scopo informativo ed è progettato per fornire una media della frequenza cardiaca. Non è volto a fornire un parere medico, né misurerà sempre la frequenza cardiaca in modo accurato a causa del variare delle condizioni ambientali e umane.

VISTA ESPLOSA



ART	DENOMINAZIONE	QUANTITÀ
1	Struttura di base	1
2	Telaio piattaforma	1
3	Telaio inclinazione	1
4	Struttura verticale	2
5	Tubo di controllo	1
6	Telaio computer	1
7	Display LCD (con PCB del monitor)	1
8	Alloggiamento computer	1
9	Copertura chiave di sicurezza	1
10	Cofano motore	1
11	Guida laterale	2
12	Copertura posteriore (sinistra)	1
13	Copertura posteriore (destra)	1
14	Poggiapiede	2
15	Cuscinetto tondo Φ33×Φ23×48	1
16	Cuscinetto tondo	2
17	Schiuma	2
18	Dispositivo di controllo	1
19	Trasformatore	1
20	Filtro	1
21	Zeppa	1
22	Cavo alimentazione	1
23	Guida cavo SR-5R1	1
24	Interruttore con autoritorno di pulsante	1
25	Interruttore	1
26	Cavo L-800	1
27	Protezione cavo	1
28	Cavo L-1100	1
29	Cavo L-850	1
30	Cavo cardiofrequenzimetro L-1050	2
31	Cardiofrequenzimetro	2
32	Cavo alimentazione L-100	1

33	Cavo alimentazione I-500 (rosso/nero)	2
34	Chiave di sicurezza	1
35	Sensore velocità	1
36	Sostegno sensore velocità	1
37	Motore	2
38	Telaio base motore	1
39	Motore inclinazione	
40	Cinghia motore	1
41	Rullo anteriore	1
42	Pedana	1
43	Nastro	1
44	Rullo posteriore	1
45	Cilindro	1
46	Ruota φ46	2
47	Ruote Φ62×Φ8,0×t22	2
48	Ammortizzatore Φ30*30*M6*5	4
49	Ammortizzatore 66*44*35*M8	2
50	Guida laterale	6
51	Poggiapiedi φ28×φ23×t11×M8×20	4
52	Lastra elastica	2
53	Sostegno cavo	1
54	Stringicavo	1
55	Stringicavo (3/8)	1
56	Ammortizzatore sostegno motore	4
57	Foro presa	2
58	Rondella piatta Φ29XΦ17Xt7,5	1
59	Rivestimento polvere metallica Φ17×Φ10×7	2
60	collegamento MP3 (optional)	1
61	Supporto nastro	1
62	Vite M8*15	2
63	Rondella elastica Φ8	2
64	Rondella piatta Φ8	10
65	Vite M8*15	8

66	Vite resist. motore M8x65	1
67	Vite M8*75	1
68	Vite M10x45x20	1
69	Vite M10x65x20	1
70	Rondella piatta Φ10	1
71	Vite M10	1
72	Vite M10x25x20	2
73	Vite M8*75	2
74	Vite M8*65	2
75	Vite M12x80x20	2
76	Rondella piatta Φ12	2
77	Vite M12	2
78	Vite M8*50*20	2
79	Vite M8*25	2
80	Vite M8	4
81	Vite M8*35*20	4
82	Vite M8*30*20	2
83	Vite M8*50*20	1
84	Vite a croce M6*30	6
85	Vite a croce M8*25	2
86	Vite a croce ST4*16	16
87	Vite a croce ST4*15	6
88	Vite a croce M5x10	16
89	Vite a croce ST4*10	10
90	Vite a croce ST4*60	2
91	Vite a croce ST3*10	2
92	Vite a croce M4x10	10
93	Rondella Φ5	1
94	Rondella piatta Φ6	6
95	Vite M6*10	4
96	Chiave a brugola a L	1
97	Vite a croce PWA 2,6x6x6	3
98	Nastro EVA t2,0x20x80	2

99	Olio siliconico	1
100	Tappo ugello silicone	1
101	Chiave a T	1
102	Coprimanubrio (sinistro)	1
103	Coprimanubrio (destro)	1
104	Vite a croce ST4*35	4
105	Copertura posteriore computer	1